

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dalam era modern ini, pendidikan diakui sebagai fondasi yang kokoh bagi pertumbuhan individu. Pendidikan tidak hanya memberikan pengetahuan, tetapi juga membentuk karakter, memperluas wawasan, dan mendorong perkembangan menyeluruh, baik dari segi intelektual, emosional, maupun spiritual. Menurut V.R. Taneja, mengutip pernyataan Yusuf (2019), bahwa *life is education and education is life*. Pernyataan tersebut membicarakan manusia yang akan selalu beriringan dengan pendidikan, dan demikian juga sebaliknya. Asal usul kata "pendidikan" dapat ditelusuri hingga ke bahasa Yunani kuno, di mana kata "*pedagogie*" digunakan untuk menggambarkan proses membimbing anak-anak. Seiring berjalannya waktu, konsep ini meluas dan diterjemahkan menjadi "*education*" dalam bahasa Inggris. Pendidikan, dalam pengertian modern, mencakup lebih dari sekadar bimbingan anak, melainkan proses pengembangan seluruh potensi manusia, termasuk intelektual, emosional, dan sosial.

Dalam UU No. 20 tahun 2003, adapun pengertian pendidikan adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan akhlak mulia, serta keterampilan yang diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa dan Negara. Menurut Nurbaity & Dewi (2021) Pendidikan dinilai sebagai proses perubahan tingkah laku anak didik sehingga menjadi manusia dewasa yang mampu mandiri dan sebagai anggota masyarakat dan lingkungan alam sekitar.

Maka dapat disimpulkan bahwa defenisi pendidikan adalah usaha secara sadar yang dilakukan oleh seorang individu dalam pengembangan potensi, moral, dan akhlak dari individu tersebut. Oleh sebab itu, dalam mencapai tujuan dari pendidikan nasional perlu adanya suatu sistem lembaga dan program kegiatan yang mendorong keberhasilan dan pencapaian tujuan pendidikan.

Sekolah merupakan lembaga formal yang sangat berperan penting dalam pencapaian tujuan pendidikan yakni melalui proses belajar mengajar, dan pembentukan karakteristik. Karakter yang dimaksud meliputi perilaku individu, tata krama, sopan santun, dan kepribadian yang berakhlak. Dengan demikian, siswa diharapkan dapat berperilaku baik, mengembangkan tugas remaja dengan baik termasuk kepada lingkungan masyarakat umumnya dan khususnya di lingkungan sekolah. Sekolah merupakan lembaga formal yang sangat berperan penting dalam pencapaian tujuan pendidikan yakni melalui proses belajar mengajar, dan pembentukan karakteristik. Istilah "remaja" dalam bahasa Indonesia mengacu pada periode masa transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa. Dalam bahasa Latin, periode ini disebut "*adolescence*" yang berarti "tumbuh" atau "tumbuh menuju kedewasaan". Istilah "*teenager*" dalam bahasa Inggris juga merujuk pada periode usia yang serupa, yakni sekitar 13 hingga 21 tahun (Diananda, 2019). Istilah *adolescence* yang berasal dari bahasa Latin memiliki arti "tumbuh" atau "berkembang". Periode remaja ini mencakup proses pertumbuhan yang komprehensif, melibatkan perkembangan fisik, kognitif, emosional, dan sosial menuju kedewasaan (Hurlock, 1992). Menurut Diananda (2019) mengutip pernyataan dari John W. Santrock mengatakan bahwa remaja merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, ditandai dengan

perubahan biologis, kognitif, dan sosial-emosional. Senada dengan itu, Saputro (2018) mengatakan bahwa masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, bukan hanya dalam artian psikologis saja tetapi juga fisiknya.

Remaja mengalami periode pertumbuhan yang kompleks, ditandai dengan upaya beradaptasi dengan lingkungan yang terus berubah. Perkembangan kognitif, yang meliputi kemampuan berpikir abstrak dan pemecahan masalah, serta perkembangan emosional, yang mencakup fluktuasi suasana hati dan pembentukan identitas diri, menjadi fokus utama selama masa remaja. Perubahan emosi yang pesat, terutama pada masa remaja awal, seringkali menjadi ciri khas dari tahap perkembangan ini. Saputro (2018) menyebutkan masa remaja ditandai oleh tingkat emosionalitas yang sangat tinggi. Fluktuasi emosi yang drastis dan sering terjadi membuat masa remaja seringkali digambarkan sebagai periode yang penuh tekanan dan gejolak. Salah satu tugas perkembangan yang krusial pada masa remaja adalah membangun hubungan yang lebih matang dengan teman sebaya tanpa memandang perbedaan. Selain itu, remaja juga perlu mencapai kemandirian emosional dari orang tua dan figur otoritas lainnya. Dalam proses ini, remaja diharapkan dapat menginternalisasi nilai-nilai etika yang akan menjadi pedoman dalam berperilaku. Tekanan dari lingkungan sosial seringkali menjadi tantangan tersendiri bagi remaja yang memicu perubahan emosi secara signifikan.

Pada hakikatnya emosi diperlukan untuk membantu dan memudahkan manusia dalam beradaptasi terhadap lingkungannya. Minauli & Andriani Yusuf (2015) mengatakan bahwa manusia memiliki kecenderungan alami untuk mengembangkan kemampuan dalam mengelola emosi, pikiran, dan perilaku. Hal ini memungkinkan manusia untuk beradaptasi secara efektif dengan berbagai

situasi dan tantangan dalam kehidupan. Suryana, dkk (2022) mengatakan emosi dapat dibedakan menjadi dua kategori utama, yakni emosi positif dan emosi negatif. Emosi positif, yang meliputi perasaan seperti kasih sayang, cinta, dan kebahagiaan, memiliki dampak yang konstruktif bagi individu. Di sisi lain, emosi negatif, seperti sedih, marah, dan takut, dapat menimbulkan perasaan tidak nyaman dan bahkan merusak. Oleh karena itu, penting untuk mengembangkan emosi positif dan mengelola emosi negatif agar keseimbangan emosional dapat terjaga.

Pradnyasari & Tjakrawiralaksana (2021) menyebutkan emosi marah, jika disalurkan dengan tepat, dapat menjadi dorongan yang kuat bagi individu untuk mengatasi masalah yang dihadapi. Marah juga dapat menjadi sarana untuk mengekspresikan perasaan yang tidak nyaman. Akan tetapi, jika emosi marah diungkapkan secara tidak terkendali atau agresif, baik secara verbal maupun fisik, hal ini dapat merusak hubungan interpersonal dan menimbulkan konsekuensi negatif bagi diri sendiri dan orang lain. Permasalahan hubungan interpersonal diantara remaja di tingkat sekolah menengah sudah menjadi bagian fenomena umum yang memprihatinkan. Menurut Nurida (2018) Perilaku *bullying* telah menjadi masalah yang cukup serius di lingkungan sekolah. Tindakan intimidasi dan kekerasan yang dilakukan oleh beberapa siswa terhadap siswa lainnya telah menimbulkan dampak psikologis yang signifikan pada korban. Beberapa faktor yang dapat memicu terjadinya *bullying* antara lain kurangnya pengawasan dari pihak sekolah, kurangnya empati dari teman sebaya, serta kurangnya perhatian dan dukungan dari orang tua.

Secara etimologis, kata "*bullying*" berasal dari bahasa Inggris, "*bull*", yang berarti banteng. Hal ini menggambarkan perilaku agresif dan dominan yang sering ditunjukkan oleh pelaku *bullying*. Dalam konteks sosial, *bullying* dapat didefinisikan sebagai perilaku intimidasi yang dilakukan secara berulang-ulang oleh individu atau kelompok terhadap individu lain yang dianggap lebih lemah, baik secara fisik maupun psikologis (N. B. Nasution & Samosir, 2021). *Bullying* dianggap sebagai masalah umum di setiap masyarakat dan pada lingkungan Sekolah. *Bullying* bisa terjadi kapan saja dan dampaknya dapat dilihat terutama pada pengembangan akademik, emosional, dan sosial siswa selama masa sekolah. *Bullying* sebagai sikap mengejek, menghina, mengancam, memukul, mencuri, dan serangan langsung yang dilakukan oleh seseorang atau lebih terhadap korban.

Permasalahan *bullying* merupakan isu serius yang menjadi perhatian pemerintah dan masyarakat. Laporan UNICEF U-Report menunjukkan bahwa dua pertiga dari 100.000 anak muda di 18 negara pernah mengalami tindakan *bullying*. *Global school-based student health survey* melaporkan persentase siswa berusia 13 hingga 17 tahun yang pernah menjadi korban *bullying* sebesar 20,6%. *Center for Urban Educational Success* melaporkan proporsi populasi dalam periode tertentu, siswa yang terlibat dalam tindakan *bullying*, baik sebagai pelaku, korban, maupun pelaku sekaligus korban, sebesar 20-29% per tahun. UNICEF melaporkan prevalensi anak di Indonesia berusia 13-15 tahun yang pernah menjadi korban *bullying* di sekolah mencapai 50%. *Bullying* telah diakui sebagai masalah utama kesehatan masyarakat yang berdampak pada anak-anak dan dapat menyebabkan stres. (APA, 2013; *National institute of child health and human development*, 2001). Menurut penelitian terdahulu, Nasution & Samosir (2021) Perilaku

bullying di kalangan remaja, khususnya di lingkungan sekolah, merupakan permasalahan global yang berpotensi memengaruhi ratusan juta remaja setiap tahunnya. Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa sekitar 30% siswa pernah mengalami tindakan *bullying*. Angka ini bahkan lebih tinggi pada beberapa studi, dengan 72% siswa melaporkan pernah menjadi korban *bullying*, sementara 34,5% siswa berperan ganda sebagai pelaku dan korban.

Hasil pengamatan awal yang dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 17 Medan mengungkapkan adanya permasalahan umum di kalangan siswa, yaitu kesulitan dalam penyesuaian diri dengan lingkungan sekolah, kurangnya kemampuan mengontrol diri, serta emosi yang tidak stabil, terutama kemarahan yang mudah tersulut. Melalui observasi dan wawancara dengan guru serta siswa, peneliti menemukan bahwa banyak siswa yang sulit mengendalikan emosi, sering marah karena hal-hal sepele, seperti tatapan mata, dan berujung pada konflik. Perilaku tidak menyenangkan lainnya seperti ejekan, bentakan, pemukulan, dan suara keras juga sering terjadi. Temuan ini mengindikasikan bahwa kemampuan siswa dalam mengelola emosi, khususnya emosi marah, di SMA Negeri 17 Medan masih perlu ditingkatkan. Secara umum, ketika ditanya mengenai permasalahan perilaku kekerasan siswa, para guru menyatakan bahwa keberadaan siswa dengan perilaku tersebut menjadi beban tambahan bagi sekolah. Mereka menyimpulkan bahwa diperlukan program pembinaan khusus untuk mengatasi permasalahan perilaku siswa tersebut. Hal ini sejalan dengan hasil wawancara dengan guru-guru di SMA Negeri 17 Medan yang mengungkapkan belum adanya program anger management yang memadai untuk mencegah terjadinya tindakan kekerasan di lingkungan sekolah.

Hasil studi pendahuluan menunjukkan adanya disparitas antara teori dan praktik di lapangan. Secara teoritis, semakin tinggi kemampuan seseorang dalam mengelola emosi, semakin rendah tingkat agresivitasnya. Namun, hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa tingkat agresivitas siswa masih tinggi. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Laela memperkuat temuan ini, menunjukkan bahwa emosi marah merupakan prediktor kuat perilaku agresif. Penelitian tersebut juga menyarankan pentingnya evaluasi jangka panjang terhadap efektivitas program pengendalian emosi di sekolah. Berbagai upaya dapat dilakukan untuk mengurangi perilaku bullying, salah satunya adalah dengan mengoptimalkan layanan konseling kelompok. Melalui konseling kelompok, siswa diharapkan dapat merasakan *sense of belonging* dan bekerja sama dalam menyelesaikan masalah. Penelitian menurut Suci Dwi mendefinisikan manajemen marah sebagai bagian dari regulasi emosi. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki kemampuan *anger management* yang cukup baik, yang mengindikasikan bahwa *anger management* dapat menjadi strategi efektif dalam mengendalikan emosi.

Dengan demikian, penulis menggambarkan salah satu upaya yang tepat untuk mengatasi emosi marah yaitu dengan menggunakan teknik *Anger Management*. Menurut Deborah & Mark (2007) *Anger Management* adalah serangkaian teknik dan tindakan yang bertujuan untuk mengatur pikiran, perasaan, dan impuls amarah secara tepat dan positif, sehingga dapat mencegah terjadinya tindakan yang merugikan diri sendiri maupun orang lain. Dengan demikian, *Anger Management* menjadi sangat penting dalam membantu individu menyelesaikan masalah secara efektif. Bimbingan dan konseling merupakan layanan yang

disediakan oleh sekolah untuk mendukung proses pendidikan, dengan fokus pada pengembangan pribadi, sosial, belajar, dan karier siswa. Bimbingan dan konseling sekolah merupakan salah satu layanan yang dapat membantu siswa meningkatkan kemampuan mengelola emosi marah.

Berdasarkan hasil identifikasi masalah di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengelolaan emosi, khususnya emosi marah, melalui penerapan teknik *anger management*. Berdasarkan hal tersebut maka penulis mengadakan penelitian dengan judul "Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik *Anger Management* terhadap Pengendalian Emosi Pelaku *Bullying* di SMA N 17 Medan Tahun Ajaran 2024/2025".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang dan kajian masalah di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahan yang ada pada penelitian ini, sebagai berikut:

1. Terdapat siswa yang belum dapat mengenali emosi marah, bagaimana cara menganalisis emosi marah dan mengidentifikasi emosi marah yang dialami.
2. Banyak siswa masih kesulitan mengelola emosi marah, yang ditunjukkan oleh ketidakmampuan mereka dalam mengendalikan pikiran, perasaan, dan ekspresi verbal maupun nonverbal saat marah.
3. Terdapat siswa yang masih belum mampu dalam mengendalikan emosi marah (*anger in*, *anger out* dan *anger control*) dalam dirinya.
4. Siswa belum memiliki kemampuan untuk mengekspresikan emosi marah secara asertif, yang ditandai dengan ketidakmampuan untuk mengungkapkan perasaan dengan jujur dan memahami perspektif orang.

1.3 Batasan Masalah

Mengingat luasnya cakupan permasalahan yang dapat diteliti, penelitian ini perlu dibatasi pada ruang lingkup yang lebih spesifik agar tujuan penelitian dapat tercapai secara efektif. Berdasarkan latar belakang dan kajian masalah yang telah dipaparkan, penelitian ini akan berfokus pada pengaruh layanan konseling kelompok dengan teknik anger management terhadap kemampuan pengendalian emosi siswa pelaku bullying di SMA Negeri 17 Medan pada tahun ajaran 2024/2025.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan, adapun yang menjadi rumusan masalah pada penelitian ini adalah Bagaimana Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik *Anger Management* terhadap Pengendalian Emosi Pelaku *Bullying* di SMA Negeri 17 Medan Tahun Ajaran 2024/2025.

1.5 Tujuan Penelitian

1.5.1 Tujuan Umum

Tujuan utama dari penelitian ini adalah menganalisis Pengaruh Layanan Konseling Kelompok Teknik *Anger Management* terhadap Pengendalian Emosi Pelaku *Bullying* di SMA Negeri 17 Medan Tahun Ajaran 2024/2025.

1.5.2 Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini ialah:

1. Untuk mengetahui kemampuan mengendalikan emosi marah siswa, yakni dilihat dari aspek pengendalian emosi marah, yakni mengenali emosi marah, mengendalikan emosi marah, meredakan emosi marah dan pengungkapan emosi secara asertif di SMA N 17 Medan.

2. Untuk mengetahui pengendalian emosi terindikasi pelaku *bullying* di SMA Negeri 17 Medan.
3. Untuk mengetahui pengaruh konseling kelompok melalui teknik *anger management* terhadap pengendalian emosi pelaku *bullying* terhadap responden kelompok *purposive sampling* di SMA Negeri 17 Medan.
4. Untuk mengetahui faktor dan aspek pengendalian emosi beserta peta konsep konseling kelompok teknik *anger management* pada siswa terkhususnya terindikasi pelaku *bullying*.

1.6 Manfaat Penelitian

1.6.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya dalam bidang psikologi pendidikan dan bimbingan, dengan menambah wawasan mengenai penerapan layanan konseling kelompok sebagai upaya pencegahan *bullying* pada siswa. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memperkaya kajian mengenai efektivitas teknik manajemen marah dalam mengendalikan emosi siswa pelaku *bullying*.

1.6.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peserta didik

Penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai pengetahuan baru tentang pemahaman dan memberikan sumbangan informasi kepada peserta didik mengenai *bullying* atau kekerasan di sekolah. Selain itu, dapat mengetahui bagaimana pengendalian emosi yang tepat guna pencegahan terjadinya *bullying* pada diri peserta didik.

b. Bagi Guru Pembimbing

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan kepada guru pembimbing dalam mengarahkan perilaku peserta didik, khususnya dalam mengidentifikasi tanda-tanda perilaku bullying. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat memberikan masukan bagi guru BK dalam mengembangkan program bimbingan dan konseling yang lebih efektif dalam mencegah dan mengatasi perilaku bullying di sekolah.

c. Bagi Sekolah

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam kepada seluruh komponen sekolah mengenai pentingnya peran serta aktif dalam memantau perkembangan dan perilaku peserta didik sebagai upaya preventif terhadap perilaku *bullying*.

d. Orangtua

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran para orang tua akan pentingnya memberikan perhatian yang lebih terhadap perkembangan anak, termasuk lingkungan pergaulannya. Selain itu, diharapkan dapat memperkuat kerja sama antara orang tua dan sekolah dalam upaya mencegah terjadinya tindakan kekerasan pada anak.

e. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan dengan menambah wawasan dan pengetahuan. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi rujukan bagi penelitian selanjutnya.



THE
Character Building
UNIVERSITY